

С.В. Касимова – заведующий МБДОУ д/с №16 «Пчелка», г.Анапа, e-mail: anapa16mdou@yandex.ru, тел. (918)3287797

ФИТБОЛ – ГИМНАСТИКА – НОВЫЙ МЕТОД АДАПТИВНОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

На берегу Чёрного моря, в одном из красивейших уголков Всероссийского детского курорта Анапа, находится муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад компенсирующего вида № 16 «Пчёлка» для детей с нарушениями функций опорно – двигательного аппарата. В этом современном дошкольном учреждении есть группы полного дня и кратковременного пребывания. В детском саду созданы все необходимые условия, чтобы дети с ограниченными возможностями поправляли здоровье, познавательно и весело проводили время.

В детском саду имеется:

- физкультурный зал;
- зал ЛФК с тренажёрами;
- массажный кабинет;
- ванное отделение.

На территории детского сада имеется:

- спортивная площадка;
- площадка с тренажёрами;

На территории сада организуются:

- экскурсионные терренкур-маршруты;
- экологические тропинки;
- выполнение комплексных упражнений на тренажёрах;
- «дорожка здоровья».

Воспитанники ходят босиком по ракушкам и гальке, разыгрывают сюжеты разных сказок на песке, засыпают на ортопедических подушках с наполнителем из гречневой лузги. В ванном отделении малыши получают ванны с морской солью, лечебными травами. В детском саду применяются классический массаж, самомассаж, бальнеотерапия (минеральную воду привозят из городского бювета), широко используются климатопогодные

факторы, и такой метод реабилитации, как иппотерапия, помогающая бороться с атонией мышц, снимающий спастический синдром в руках и ногах.

В зале лечебной физкультуры есть специальное реабилитационное оборудование: ходунки, удерживающие стульчики, многочисленные тренажёры. Для проведения подвижных игр и упражнений на воздухе предназначен мини стадион со спортивным оборудованием (велотренажёр, баскетбольные корзины, футбольные ворота, рукоход, разноуровневые перекладины для подтягивания, наклонная скамья и панели для метания). Благодаря сотрудничеству с санаторием «Русь», дошкольникам предоставлена возможность раз в неделю посещать бассейн с морской водой в здравнице.

В условиях детского сада лечебная физкультура (ЛФК) – это оздоровительная технология, метод лечебно – профилактического воздействия на ребёнка, состоящий в применении комплекса физических упражнений и естественных факторов природы. В основе этого метода лежит использование основной биологической функции организма – движение. Средством ЛФК может являться любая двигательная активность: плавание, ходьба, физические упражнения, занятия на тренажёрах, игры, что естественно для детей дошкольного возраста. Лечебная физкультура выполняет и воспитательную роль. Она воспитывает сознательное отношение к использованию физических упражнений, прививает гигиенические навыки, приобщает к закаливанию организма естественными факторами природы. ЛФК развивает силу, выносливость, координацию движений.